

Учебный план к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Мини-футбол»

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» (далее - Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность.

Программа разработана для разновозрастного детского объединения. По уровню освоения - общеразвивающая.

Тип программы – модифицированная. Программа разработана на основе Типовой программы спортивной подготовки по виду спорта «футбол» для групп начальной подготовки (мальчики и девочки 5-6, 7-10 лет).

Программа ежегодно корректируется с учётом изменения законодательной и нормативной базы, приоритетов деятельности учреждения и педагогов студии, интересов, способностей и особенностей детей.

Актуальность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» разработана на основании следующих **нормативно-правовых документов**:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678 – р);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Методические рекомендации по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей, направленными письмом Министерства образования и науки РФ от 28.04.2017 г. № ВК - 1232/09;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162 -Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;
- Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 29.06.2023 г. № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом (для сертификации);
- Устав Муниципального казённого общеобразовательного учреждения «Ницинская средняя общеобразовательная школа».

Актуальность предлагаемой образовательной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растёт спрос на образовательные услуги в области физической культуры и спорта, поскольку дети, занимающиеся спортом с раннего возраста,

развиваются быстрее и гармоничнее своих сверстников.

Современный социальный заказ на образовательные услуги обусловлен и задачами физического развития детей, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования. В ней подчеркивается важность физического воспитания, использование его оздоровительных, развивающих и воспитательных возможностей, формирующих у учащихся творческие способности, ценностное отношение к здоровью, нравственность.

Футбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность учащихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни. Приобщение к спорту с раннего детства даёт человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы, честность, развивает качества, так необходимые ребёнку во взрослой жизни.

Данная программа позволяет планомерно работать с детьми, объединяя их по физическим данным и подготовленности. В процессе изучения у ребят формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Дети приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Адресат общеразвивающей программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа базового уровня «Мини-футбол» рассчитана для мальчиков и девочек в возрасте от 7 до 10 лет, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям данным видом спорта.

При реализации дополнительной общеобразовательной программы нельзя не учитывать возрастные особенности детей, а также объективные закономерности развития, формировании систем организма, двигательных и других функции.

При планировании учебно-тренировочной работы в группах необходимо учитывать, как формируются у детей привычки, как усваиваются знания, приобретаются и совершенствуются умения, навыки при обучении. Возрастной период с 7 до 10 лет является наиболее благоприятным для развития «чувства мяча».

У ребят в этом возрасте период устойчивого внимания очень короткий, поэтому программой предусмотрены разнообразные короткие активные упражнения, со множеством небольших передышек. В 7 - 8 лет занятия направлены на улучшение основных двигательных навыков: бег, прыжки, повороты, перекаты и т.д. Все эти движения являются основными элементами футбола. Содержанием программы предусмотрена серия забавных и увлекательных упражнений, связанных с футболом.

В это время объяснение, рассказ тренера не приводят к серьезным сдвигам в обучении технике футбола и знакомство с механизмами ударных действий и разными по форме (относительно более простыми) действиями с мячом происходит практически спонтанно. Поэтому примерно до 10 лет методом обучения является подражание. Естественное развитие двигательной чувствительности к 10 годам практически завершается и в дальнейшем ее изменение зависит в основном только от тренировки. Юные футболисты в этом возрасте в принципе готовы осваивать практически любые по сложности технические приемы.

Ни для кого не секрет, что эффективность спортивной деятельности зависит от уровня развития двигательных качеств. В возрасте от 7 до 10 лет наблюдаются высокие темпы развития ловкости движений, гибкости. Происходит активное развитие функций двигательного анализатора. Дети младшего возраста отличаются незначительной выносливостью. Уже в 9-летнем возрасте это положительно сказывается на координации движений и значительно улучшает ее в процессе учебно-тренировочной работы. Острота мышечного чувства, а вместе с ней и точность движений, от которых также зависит быстрота освоения технических приемов игры, развивается очень быстро с 8 до 10 лет.

Набор детей в группу осуществляется без предварительного отбора, принимаются все желающие, проявляющие интерес к занятиям по мини-футболу и допущенные врачом к занятиям физической культуры. Количество детей в группе: 8 - 12 человек.

Зачисление в группы производится с обязательным условием – написание заявления

родителями (законными представителями несовершеннолетних учащихся), подписание согласия на обработку персональных данных.

Допуск к занятиям производится только после обязательного проведения и закрепления инструктажа по технике безопасности.

Уровневость программы. Программа **базового уровня** предполагает формирование умений и навыков в области физической культуры и спорта; развитие и поддержку обучающихся, проявивших интерес и определенные способности к занятиям футболом.

Объем и срок освоения программы. Режим занятий.

Общее количество учебных часов по программе - 36 часов. В данной программе представлено содержание на 1 год обучения. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу. Продолжительность занятия - 40 минут.

Перечень форм обучения: индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

Перечень видов занятий: теоретические занятия, учебно-тренировочные занятия, контрольные испытания.

Перечень форм подведения итогов: опрос; анкетирование; мониторинг динамики развития физических качеств обучающихся; текущая, промежуточная (итоговая) аттестации; соревнования.

Цель и задачи программы

Цель программы: формирование и развитие у обучающихся устойчивой потребности к систематическим занятиям физической культурой и спортом посредством обучения игре в футбол.

Задачи:

Обучающие:

- обучить технике и тактике игры;
- изучить теоретические сведения о мини-футболе;
- дать представления о формировании игры в футбол;
- обучить тактическим индивидуальным и командным действиям;
- ознакомить с технико-тактическими действиями и правилами игры в мини-футбол.

Развивающие:

- развитие физических способностей: силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости;
- развитие устойчивого интереса к занятиям;
- развитие коммуникативных навыков и умений работать в команде;
- развитие навыков в технике владения мячом.

Воспитательные:

- воспитание у учащихся устойчивого интереса к занятиям футболом;
- воспитание взаимодействия учащихся в команде при игре в футбол;
- воспитание потребности в укреплении здоровья посредством ОФП;
- воспитание чувства ответственности, дисциплинированности;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества на занятиях и соревновательной деятельности.

Учебный план

Направленность	Название курса группы	Количество часов в неделю		Всего
		I	II	
физкультурно-спортивной	Мини-футбол	1	1	72

Список литературы

Литература для педагога:

- нормативные документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ).
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН).
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Устав Муниципального казённого общеобразовательного учреждения «Ницинская средняя общеобразовательная школа».

- литература, использованная при составлении программы:

1. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. «Мини-футбол в школе», Издательство: «Советский спорт», 2006. - 224с.
2. Андреев С.Л. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 2009. - 144 с.
3. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов. – М.: Физическая культура, 2007 – 112с.
4. Годик М.А. Педагогические основы нормирования и контроля соревновательных и тренировочных нагрузок: Дисс. доктора пед. наук. – М., 1982 – 373с.
5. Голомазов С.В. Футбол. Теоретические основы совершенствования точности действий с мячом (Текст): Учебно - методическое пособие – 2-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 112с.
6. Голомазов С.В. Футбол: теоретические основы и методика контроля технического мастерства : [учебно-методическое пособие] / Голомазов С. В., Чирва Б. Г. - [2-е изд.]. - Москва : ТВТ Дивизион, 2006. - 79с.
7. Зеленцов А.М., Лобановский В.В., Ткачук В.Г., Кондратьев А.М. Тактика и стратегия в футболе. – Киев: Здоровье, 1989 – 190с.
8. Комплексы упражнений для тренировки юных футболистов 6-12 лет. Учебно-методическое пособие. Автор: Лексаков А.В., Полишкис М.М., Российский С.А., Соколов А.И. – 2015 г. – 143с.
9. Кузнецов В.В. Специальная силовая подготовка спортсмена. – М.: Советская Россия, 1975 – 208с.
10. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Э.Н. Алиев «Мини-футбол – игра для всех»/ Учебно – методическое пособие. Издательство: «Советский спорт», 2007. - 264с.
11. Смышляев А.В. Футбол: техника игры: учебно-методическое пособие / А.В. Смышляев, Е.Э. Степанов, Э.Р. Франк. – Томск: Изд-во Томского политехнического университета, 2009. – 69с.
12. Селуянов В.Н. Физическая подготовка футболистов (Текст): Учебно - методическое пособие – 2-е изд. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 192с.

Литература для обучающихся:

1. Андреев С. Н. Мини – футбол. М. «Физкультура и спорт». 1998 г. 111с. с ил.
2. Андреев С.И. Играй в мини-футбол. - М.: «Советский спорт», 1989. – 47с.
3. Коротков И.М. «Подвижные игры для детей» М., «Советская Россия», 2002. - 160с.